

## 不確実な時代を生きる

今、グローバルリズムが世界で進展しています。米国ではトランプ大統領がアメリカ・ファーストをとнаえ、日本でも先の参議院選挙で日本ファーストをとнаえた参政党が躍進しました。保守王国と言われる茨城県から、参政党候補者が当選しました。ともにグローバルリズムに反対する運動・主張を展開しています。グローバルゼーションというのは、国や地域の枠組みを超えて政治、経済や文化が広がる現象です。多国籍企業が国際金融資本を武器に世界をまたにして事業を拡大、あるいは国際機関や共同体が新たなルールをつくり、国や地域を枠にはめていきます。現代社会がデジタル化や、高度化してグローバル化していく潮流の中で、不安を感じている人も多くいます。家族の崩壊や日本の伝統的な生き方が失われていく危機感から、新たに個人の生き方を探し求めていく反グローバルリズムの運動も盛んになっています。

本誌6月号にアドラー心理学を紹介して、人それぞれの生活スタイルの見つけ方とか、もう6年前になりますが、本誌2019年11月号に「心の資本を増強しよう」という題名で、財産の力と異なる社会を幸せにする「心の資本」を現代の若い世代は求めつつあるということを書きました。「心の資本」とは「自分が幸福だ、安心だ」と感じる心の状態を維持するための力をいいます。幸せを高める力とすることもできます。お金や物質によるものではありません。「心の資本」による持続的な幸せの根源は、次の四つ要素(HERO)の力\*と解説されています。

1. H (Hope) 自らの進む道、生き方を自らが見つける力
2. E (Efficacy) 自信を持って歩んでいける力、行動を起こす力
3. R (Resilience) 困難にも立ち向かう力
4. O (Optimism) 楽観主義でポジティブに、前向きな物語りを生み出す力

このような「心の資本」を持った人は、大きな財産を持っている人よりも、幸せで、長寿を楽しく過ごすことができることが明らかにされています。しかも、この「心の資本」は学習したり訓練を受けたり、経験を積むことで高めることが可能なのです。

自分一人では幸せになれない、幸福は、まわり人との「よい人間関係がつくられていること」によって決まる。そしてアドラーがいう「他者に貢献する」という心をしっかり見つめて持ち続けることでしょう。

現代の変革の時期を、予測不能な時代ともいわれます。「人生100年時代の大きな物語」\*\*を自分なりに考えてみるのもいいでしょう。

\* 『予測不能の時代』 矢野和男著 草思社 2021年発行

\*\* 『人生100年時代の大きな物語「歎異抄を読む」』 久保裕著 2025年発行